

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tidak ada hubungan stres akademik dengan tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri di SMA N 1 Bantul pada masa pandemi Covid-19 dengan hasil uji statistik (*p-value*)  $0,147 > 0,05$ .
2. Karakteristik berdasarkan usia *menarche*, mayoritas responden berusia 12-14 tahun (67,5%). Karakteristik responden berdasarkan siklus menstruasi, mayoritas responden berlangsung selama 21-35 hari (85%). Karakteristik responden berdasarkan lama menstruasi, mayoritas berlangsung selama 3-7 hari (78,3%). Karakteristik responden berdasarkan riwayat keluarga, didapatkan hasil sebanyak 72 responden (60%) mengaku orang tuanya juga mengalami dismenorea.
3. Proporsi tingkat stres akademik pada remaja putri di SMA N 1 Bantul yaitu terdapat 0,49 mengalami stres akademik dan 0,51 tidak mengalami stres akademik. Tidak terdapat perbedaan signifikan antara proporsi responden yang mengalami stress akademik dan tidak mengalami stress akademik.
4. Proporsi tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri di SMA N 1 Bantul yaitu tidak nyeri 0,058, nyeri ringan 0,508, nyeri sedang 0,375, nyeri berat

5. 0,05, dan nyeri sangat berat 0,008. Terdapat perbedaan yang signifikan antara proporsi tingkat nyeri dismenorea.
6. Usia *menarche* mempengaruhi tingkat nyeri dismenorea sebanyak 0,031 (3,1%) dan tidak berpengaruh secara parsial terhadap tingkat nyeri dismenorea dengan  $p\text{-value} > 0,05$ . Siklus menstruasi mempengaruhi tingkat nyeri dismenorea sebanyak 0,02 (2%) dan tidak berpengaruh secara parsial terhadap tingkat nyeri dismenorea dengan  $p\text{-value} > 0,05$ . Lama menstruasi mempengaruhi tingkat nyeri dismenorea sebanyak 0,007 (0,7%) dan tidak berpengaruh secara parsial terhadap tingkat nyeri dismenorea dengan  $p\text{-value} > 0,05$ . Riwayat keluarga tidak mempengaruhi tingkat nyeri dismenorea sebanyak dengan hasil *Pseudo R-Square* 0 dan tidak berpengaruh secara parsial terhadap tingkat nyeri dismenorea dengan  $p\text{-value} > 0,05$ . Stres akademik mempengaruhi tingkat nyeri dismenorea sebanyak 0,052 (5,2%) dan berpengaruh secara parsial terhadap tingkat nyeri dismenorea dengan hasil *parameter estimates* pada  $p\text{-value} < 0,05$  yaitu ,019.

## A. Saran

### 1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dalam penelitian selanjutnya dengan variabel dan analisis yang berbeda. Penelitian ini mengandung bias karena tidak meneliti semua variabel pengganggu yang ada. Seperti faktor kejiwaan lain, faktor konstitusi seperti anemia, penyakit menahun, faktor obstruksi kanalis servikalis,

status gizi, ketidakseimbangan hormonal dalam tubuh yang meningkat seperti estrogen, progesterone, dan prostaglandin, serta yang lainnya. Analisis yang digunakan dapat dilengkapi dengan meneliti semua variabel pengganggu sebagai variabel bebas dengan analisis multivariat. Penelitian dapat dilakukan secara langsung untuk memantau pengisian, kelengkapan, dan keaslian jawaban.

## 2. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan stres akademik dengan tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri sehingga mampu menjadi upaya promotif dan preventif bagi teman dan sebayanya dalam menghadapi dismenorea pada saat BDR. Rekomendasi penanganan atau pengurangan nyeri dismenorea pada remaja putri dapat menggunakan farmakologi dan non-farmakologi. Secara farmakologi dapat menggunakan obat untuk mengurangi rasa nyeri sesuai rekomendasi dokter. Secara non-farmakologi dapat dengan melakukan senam dismenorea dan meningkatkan aktivitas fisik dengan olahraga.

## 3. Bagi Guru, Karyawan, dan Karyawati di SMA N 1 Bantul

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan pencegahan masalah mengenai hubungan stres akademik dengan tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri di SMA N 1 Bantul pada masa pandemi Covid-19. Diharapkan fasilitas UKS sekolah siaga dalam penanganan dismenorea dan mendukung aktivitas fisik melalui kegiatan olahraga sekolah dalam upaya mengurangi tingkat nyeri dismenorea.